Nächste Kurse von Bettina Weiß

Schnupperkurs MBSR

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
An diesem Schnupperabend bekommen Sie eine theoretische und praktische Einführung in das Achtsamkeitstraining nach Jon Kabat-Zinn. Der Abend dient als Kennenlernangebot für den MBSR-Kurs, der am 08.10.2024 startet.

Beginn: 27.09.2024 **Ende:** 27.09.2024
Uhrzeit: 19.00 - 20.30 Uhr

Adresse
vhs Peißenberg
Hauptstr. 116
82380 Peißenberg

MBSR-8-Wochen-Achtsamkeitskurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Während der Herbstferien findet kein Kurstermin statt.
Kursgebühr: 330 € (inklusive Unterlagen und Audio-Anleitungen)
Nähere Informationen: www.mbsr-leben.de

Beginn: 08.10.2024 **Ende:** 03.12.2024
Uhrzeit: 18.00 - 20.30 Uhr

Adresse
vhs Peißenberg
Hauptstr. 116
82380 Peißenberg